

Long-term Benefits of Smoking Cessation on Gastroesophageal Reflux Disease and Health-Related Quality of Life

(胃食道逆流症および健康関連QOLに対する禁煙の長期有益性)

Yukie Kohata¹, Yasuhiro Fujiwara¹, Takanori Watanabe², Masanori Kobayashi³, Yasuhiko Takemoto³, Noriko Kamata¹, Hirokazu Yamagami¹, Tetsuya Tanigawa¹, Masatsugu Shiba¹, Toshio Watanabe¹, Kazunari Tominaga¹, Taichi Shuto³, Tetsuo Arakawa¹

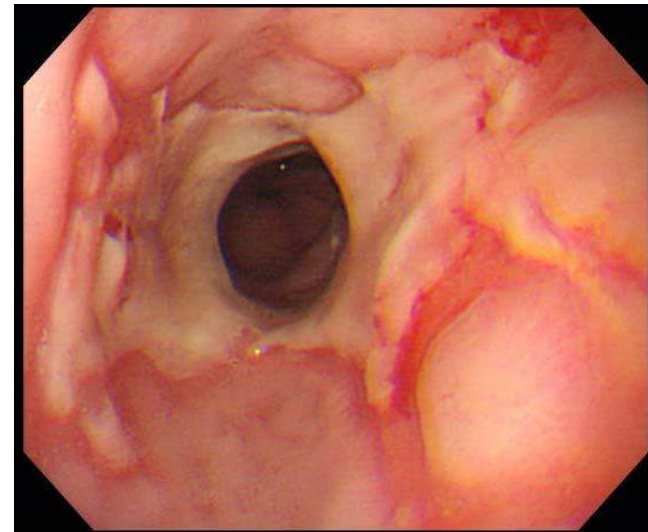
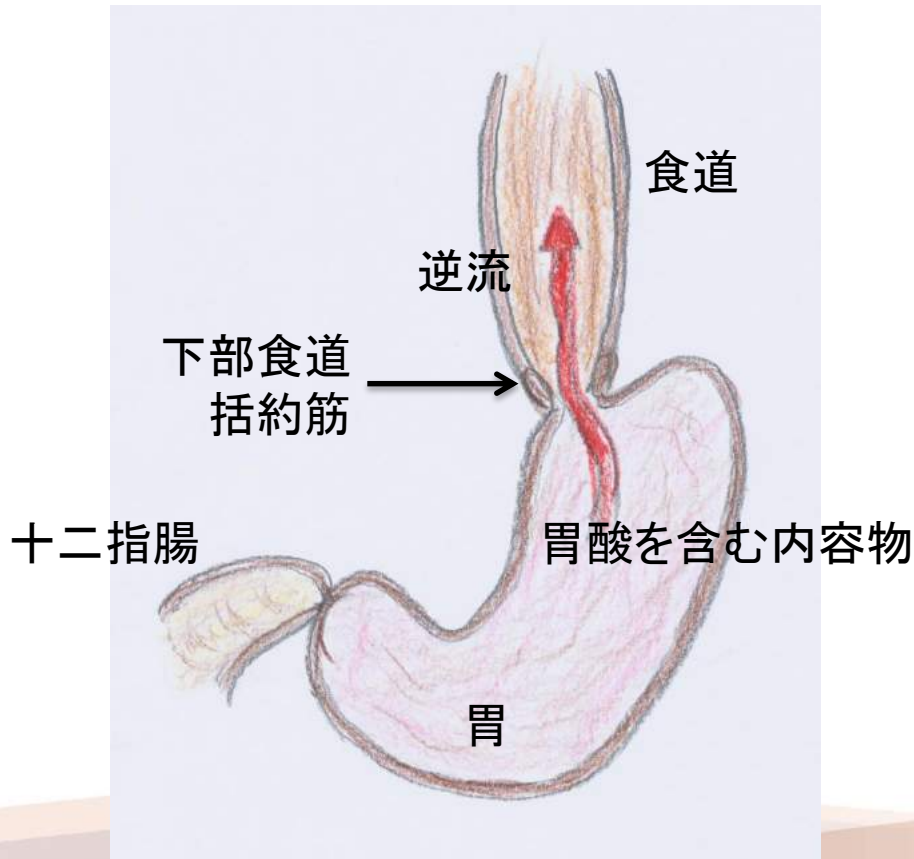
- 1) 大阪市立大学大学院 消化器内科学
- 2) 上本町わたなべクリニック
- 3) 大阪市立大学大学院 総合医学教育学

**本資料を引用なさる場合は、
[資料提供：大阪市立大学]の表記を必ずお入れください。**

胃食道逆流症

(GERD, Gastroesophageal Reflux Disease)

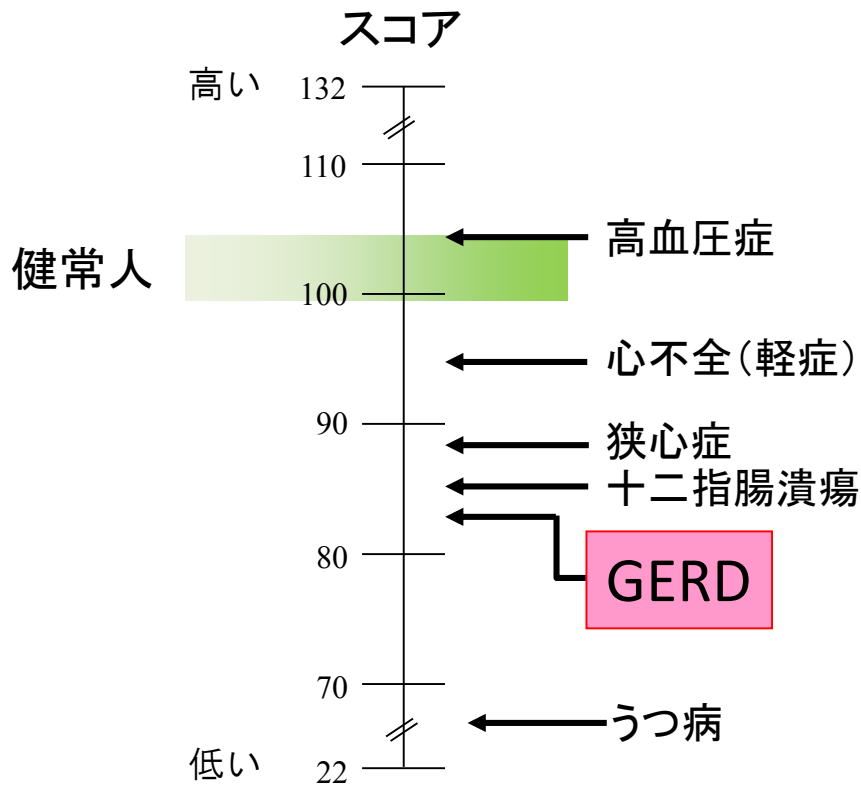
胃内容物の食道への逆流により食道粘膜傷害や胸やけなどのわずらわしい症状を来す疾患群



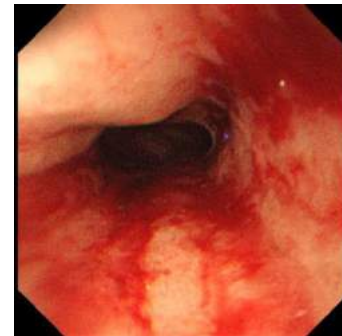
GERDの内視鏡像

GERDの問題点

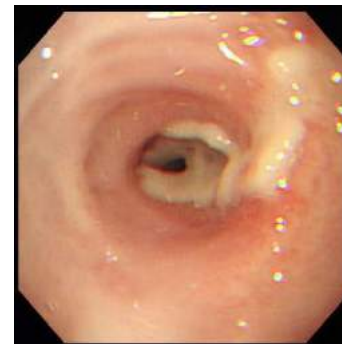
生活の質の低下



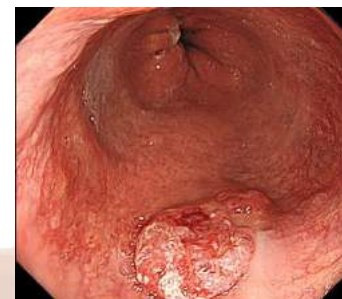
合併症



出血

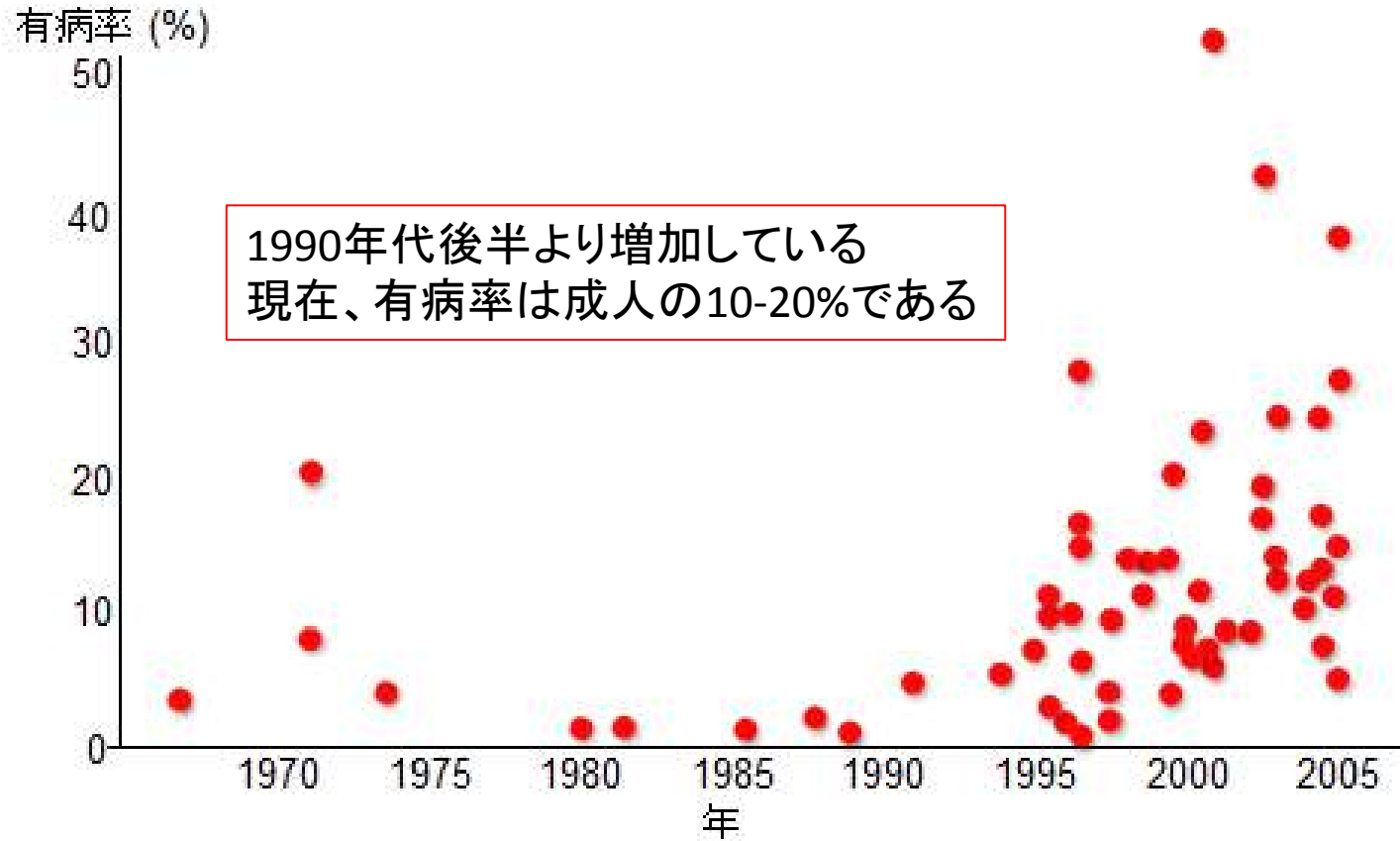


狭窄



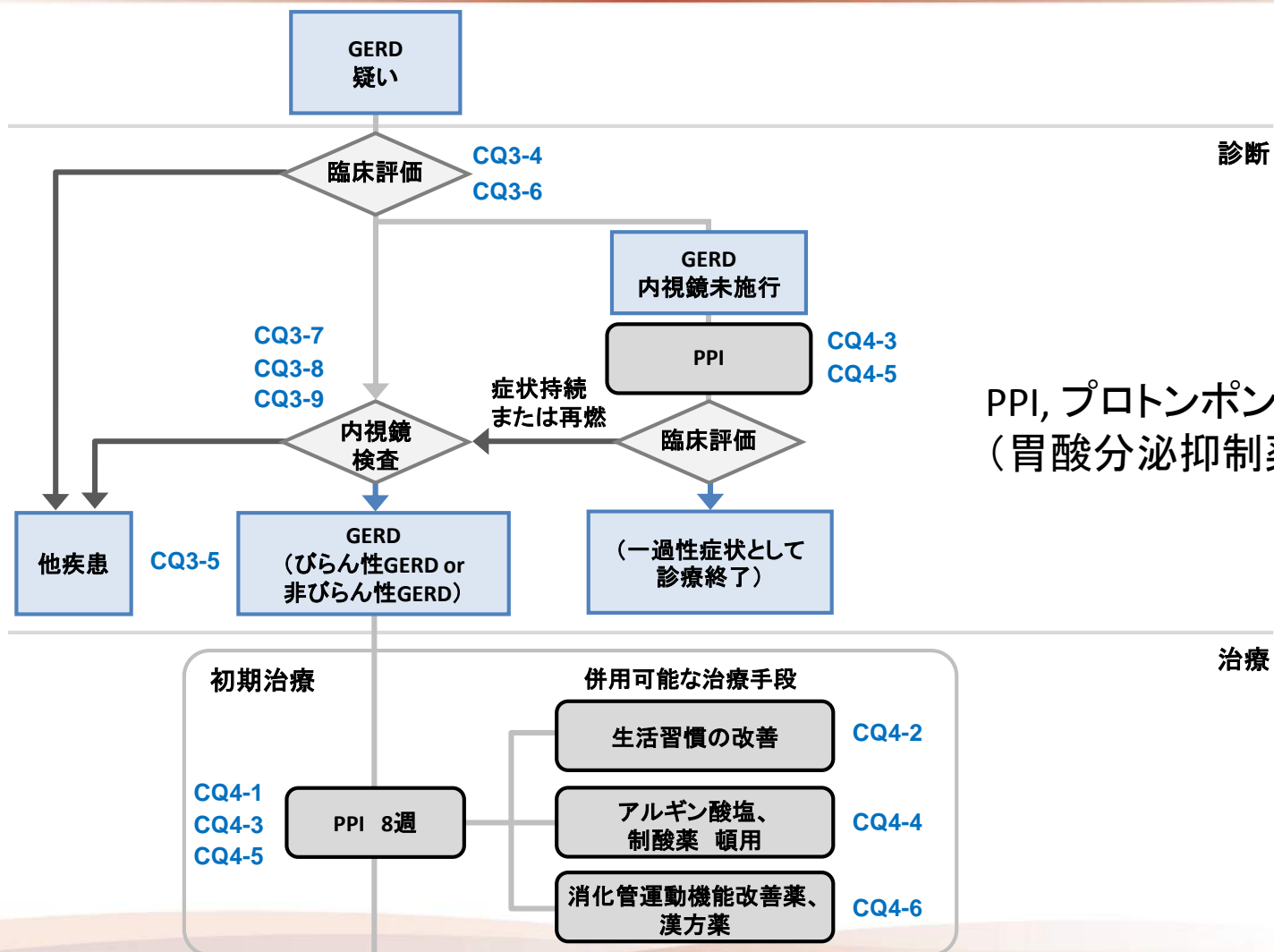
食道腺癌

本邦でのGERDの頻度



Fujiwara Y, Arakawa T. J Gastroenterol. 2009

GERD診療ガイドライン2015



GERD診療ガイドライン2015

CQ4-2 生活習慣の改善・変更はGERDの治療に有効か？

- ステートメント

生活習慣のなかには酸のGERを引き起こすものがありその変更や中止はPPI療法下に行えば有効であり、生活指導を行うよう提案する。ただし、生活習慣の改善単独では症状改善につながるというエビデンスは少ない。

GER, 胃食道逆流

PPI, プロトンポンプ阻害薬

GERDに関連する生活習慣

- 下部食道括約筋圧を低下 : タバコ, チョコレート, 炭酸飲料, 右側臥位
- 食道内酸暴露時間を延長 : タバコ, アルコール, チョコレート, 脂肪食, 臥位, 右側臥位

⇒実際にGERD症状を悪化させるのは,
タバコ, アルコール, 臥位

実際にGERD症状を改善させるのは,
体重減少, ベッドの頭側拳上

• 喫煙とGERD（メカニズム）

喫煙

食道運動・下部食道括約筋圧の低下
⇒酸クリアランスの低下・逆流増加

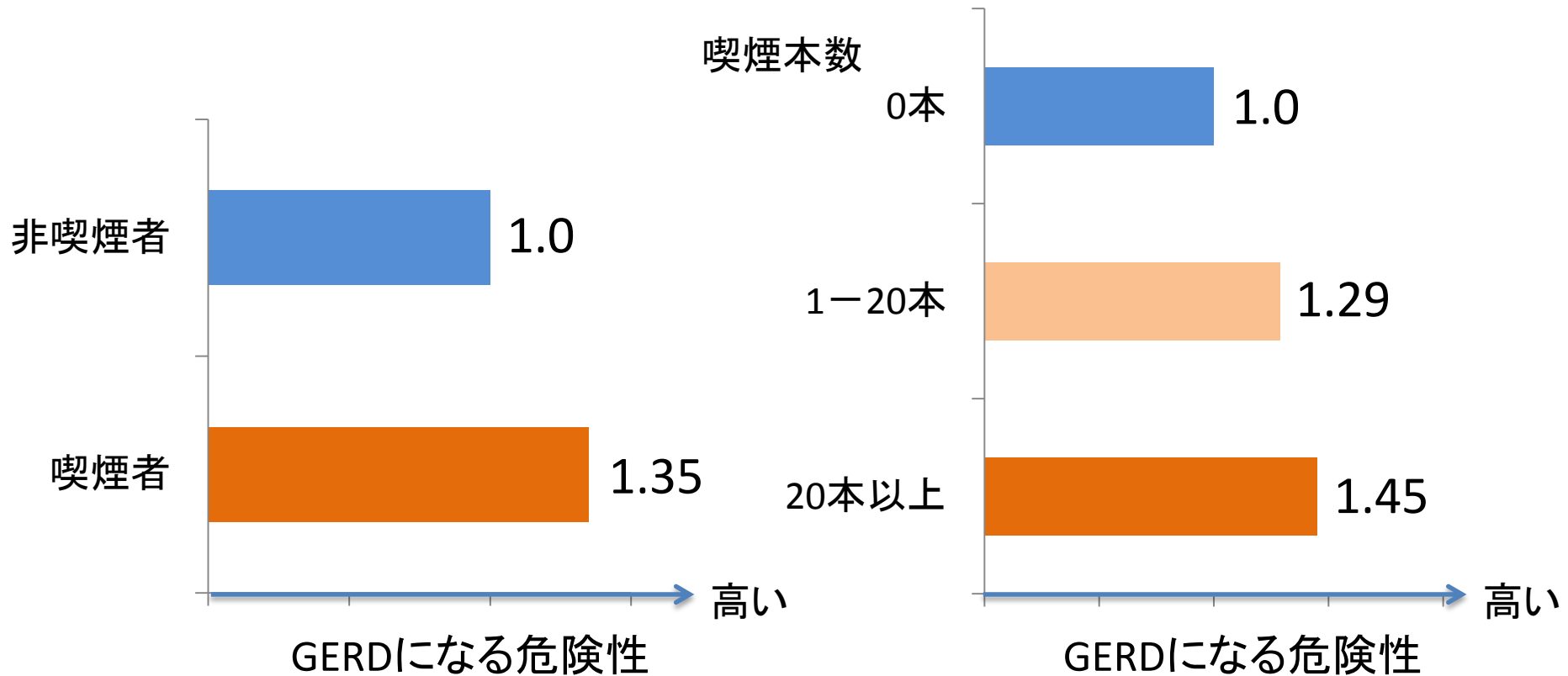
唾液中重炭酸濃度の低下
⇒逆流胃酸に対する中和能低下

GERD
症状

- 深吸気
- 咳きこみ

喫煙とGERD (疫学調査)

対象: 4095人の健診受診者
 胸やけ症状が週に2日以上をGERDと定義

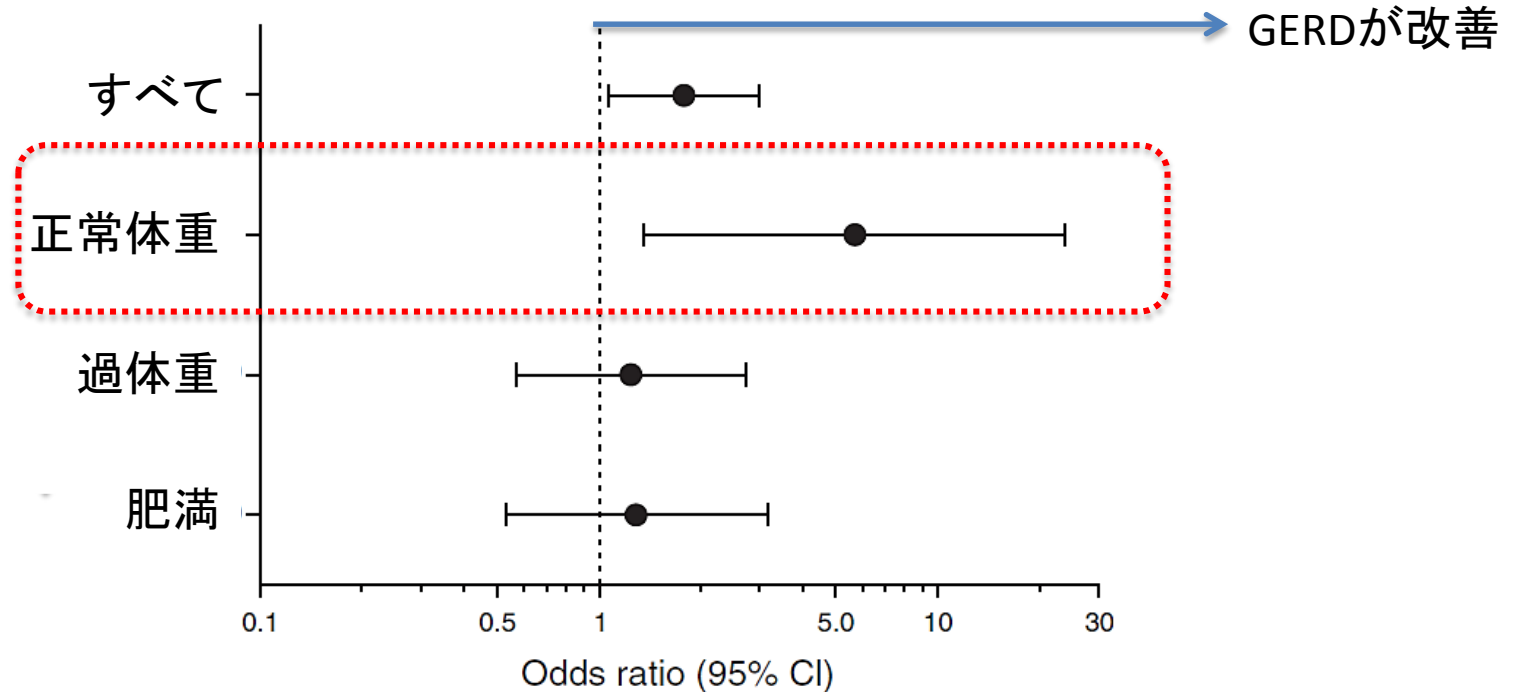


禁煙とGERD

➤ The HUNT study; ノルウェー国内の住民健康調査。

第2次調査 1995 –1997 (HUNT 2) 第3次調査 2006 – 2008 (HUNT 3)

喫煙者251人 禁煙者213人



目的

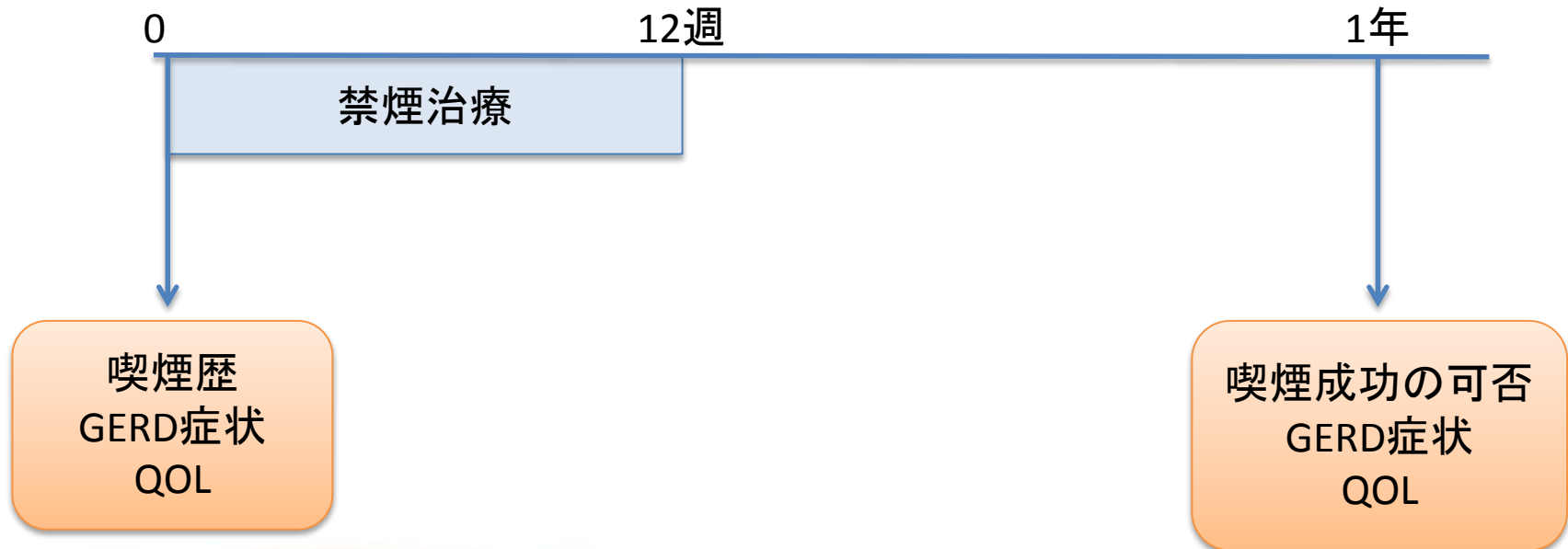
禁煙治療がGERD症状および健康関連QOLに及ぼす
長期的影響を検討する

対象と方法

- 対象

2011年5月から2013年11月までに大阪市立大学医学部附属病院および上本町わたなべクリニックの禁煙外来を受診し、禁煙治療を行った患者

- 方法



質問紙票

<初診時間診票>

年齢, 性別, 身長, 体重, 喫煙習慣, 飲酒習慣, GERD症状, 健康関連QOL

- BMI = 体重/身長² (kg/m²).

BMI > 25 kg/m² を過体重, BMI ≥ 30 kg/m² を肥満とした。

- 喫煙習慣

1日喫煙本数, 喫煙年数, タバコのタール量, メンソールの有無

Brinkman index = 1日喫煙本数 × 喫煙年数

<1年後問診票>

身長, 体重, GERD症状, 健康関連QOL,

禁煙が継続できているかどうか

BMI, body mass index

GERDの評価(Fスケール)

総スコア = 逆流スコア + 運動不全スコア

	質 問	記入欄				
		ない	まれに	時々	しばしば	いつも
1	胸やけがしますか？	0	1	2	3	4
2	おなかがはるがありますか？	0	1	2	3	4
3	食事をした後に胃が重苦しい(もたれる)ことがありますか？	0	1	2	3	4
4	思わず手のひらで胸をこすってしまうことがありますか？	0	1	2	3	4
5	食べあと気持ちが悪くなることがありますか？	0	1	2	3	4
6	食後に胸やけがおこりますか？	0	1	2	3	4
7	喉(のど)の違和感(ヒリヒリなど)がありますか？	0	1	2	3	4
8	食事の途中で満腹になってしまいますか？	0	1	2	3	4
9	ものを飲み込むと、つかえることがありますか？	0	1	2	3	4
10	苦い水(胃酸)が上がってくることがありますか？	0	1	2	3	4
11	ゲップがよくでますか？	0	1	2	3	4
12	前かがみをすると胸やけがしますか？	0	1	2	3	4

Fスケール総スコアが8点以上をGERDと定義

1年後にFスケール総スコアが8未満となった例を改善例と定義

健康関連QOLの評価

SF-8

1. 全体的にみて、過去1カ月間のあなたの健康状態はいかがでしたか。

最高に良い	とても良い	良い	あまり良くない	良くない	ぜんぜん良くない
▼	▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

2. 過去1カ月間に、体を使う日常活動（歩いたり階段を昇ったりなど）をすることが身体的な理由でどのくらい妨げられましたか。

ぜんぜん妨げられなかった	わずかに妨げられた	少し妨げられた	かなり妨げられた	体を使う日常活動ができなかった
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

3. 過去1カ月間に、いつもの仕事（家事も含みます）をすることが、身体的な理由でどのくらい妨げられましたか。

ぜんぜん妨げられなかった	わずかに妨げられた	少し妨げられた	かなり妨げられた	いつもの仕事ができなかった
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

4. 過去1カ月間に、体の痛みはどのくらいありましたか。

ぜんぜんなかった	かすかな痛み	軽い痛み	中くらいの痛み	強い痛み	非常に激しい痛み
▼	▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

5. 過去1カ月間、どのくらい元気でしたか。

非常に元気だった	かなり元気だった	少し元気だった	わずかに元気だった	ぜんぜん元気がなかった
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

6. 過去1カ月間に、家族や友人とのふだんにつきあいが、身体的あるいは心理的な理由で、どのくらい妨げられましたか。

ぜんぜん妨げられなかった	わずかに妨げられた	少し妨げられた	かなり妨げられた	つきあいができなかった
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

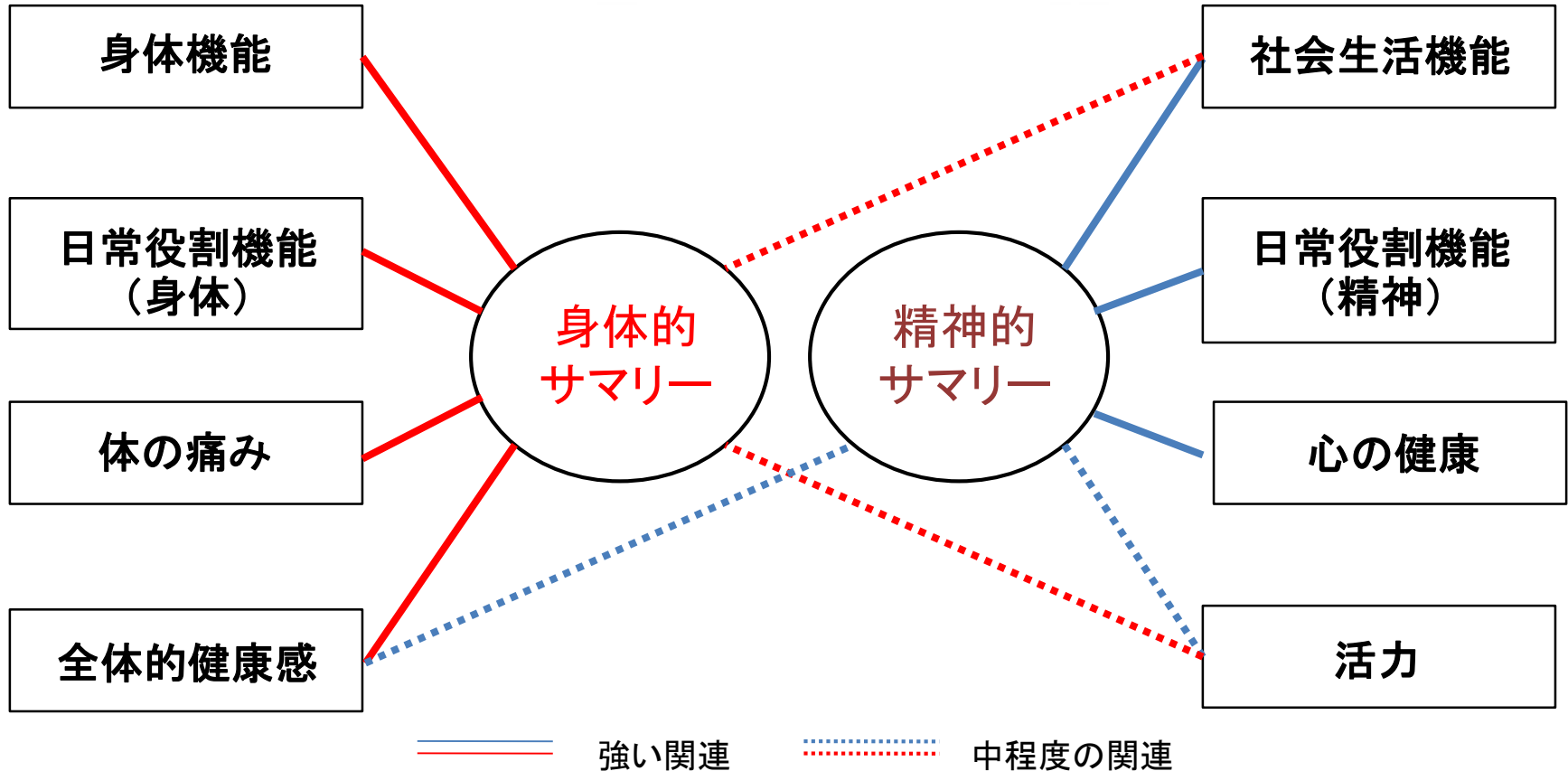
7. 過去1カ月間に、心理的な問題（不安を感じたり、気分が落ち込んだり、イライラしたり）に、どのくらい悩まされましたか。

ぜんぜん悩まされなかった	わずかに悩まされた	少し悩まされた	かなり悩まされた	非常に悩まされた
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

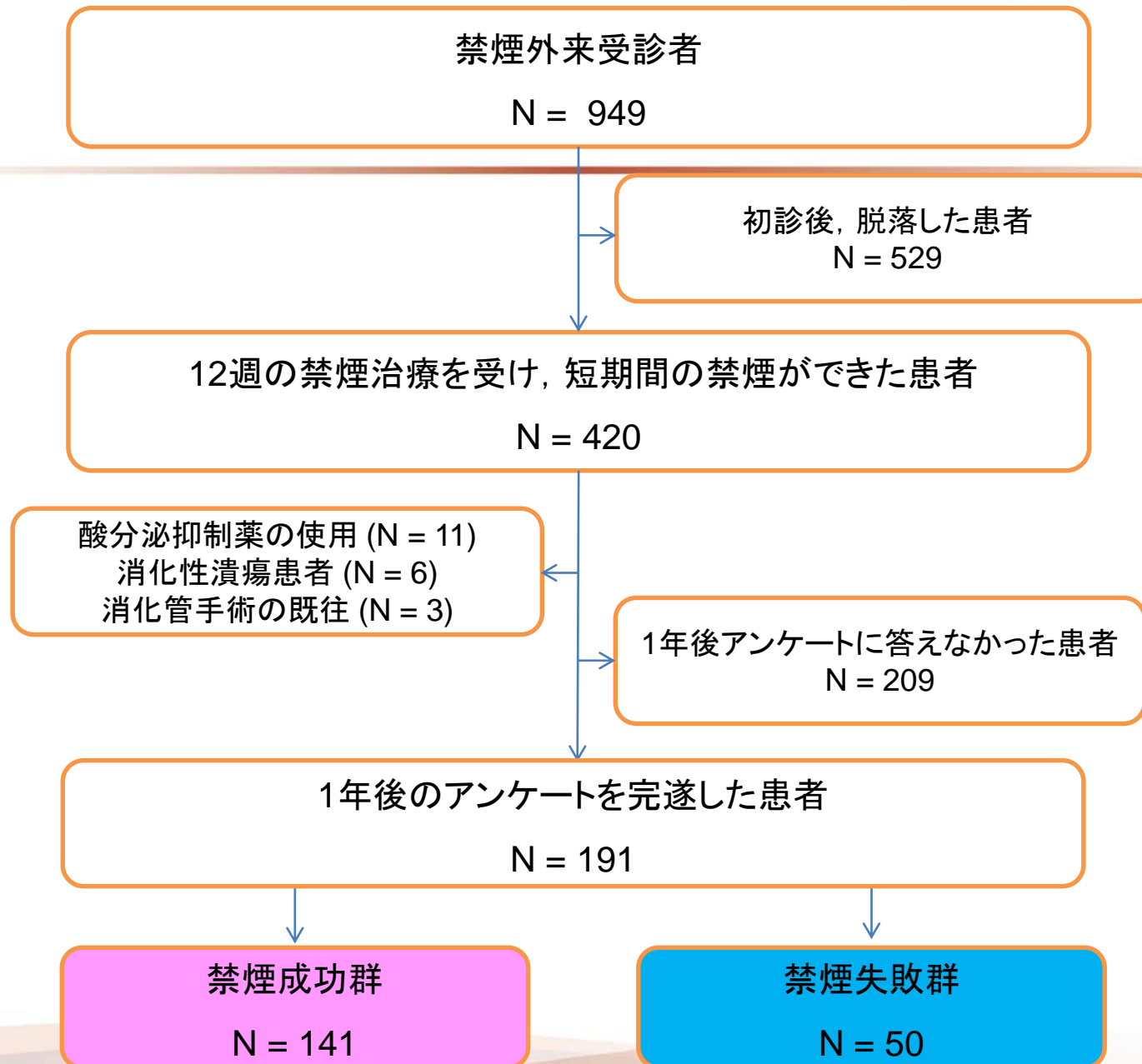
8. 過去1カ月間に、日常行う活動（仕事、学校、家事などのふだんの行動）が、心理的な理由で、どのくらい妨げられましたか。

ぜんぜん妨げられなかった	わずかに妨げられた	少し妨げられた	かなり妨げられた	日常行う活動ができなかった
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

SF-8



一般日本人の平均スコアは50、低いほど生活の質が低い

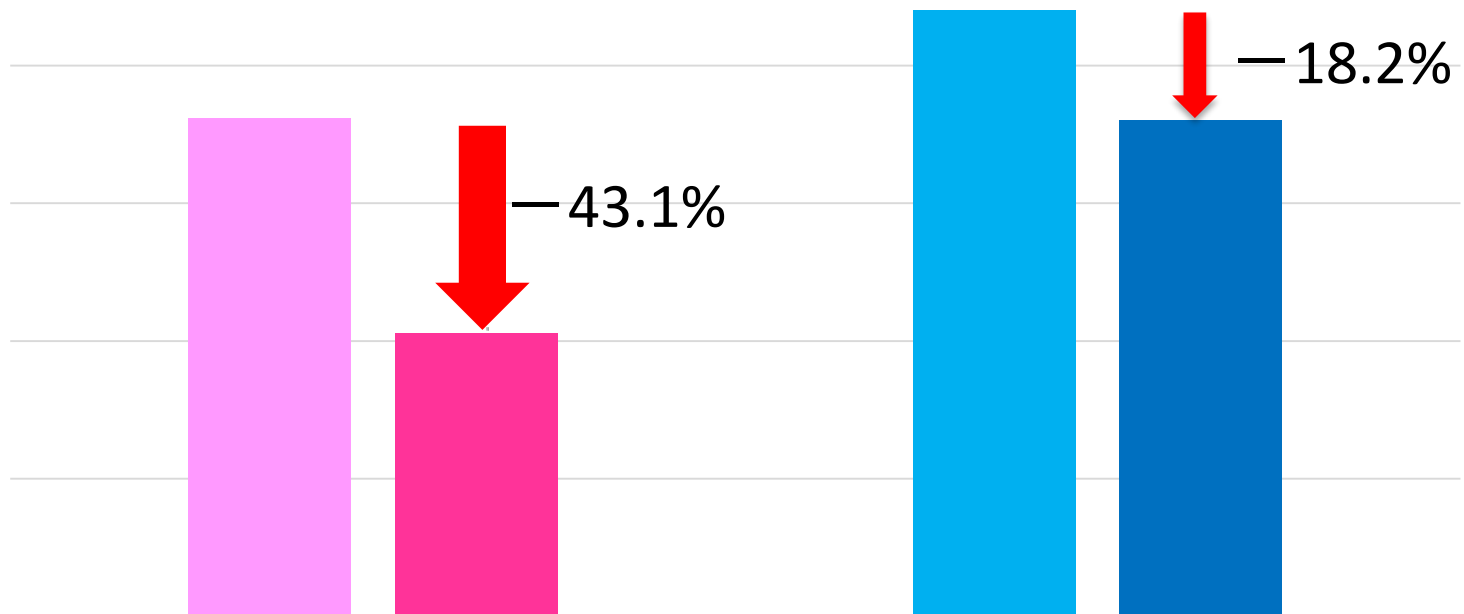


臨床的背景

	成功群 N = 141	失敗群 N = 50	P-value
年齢 (歳)	47.0 ± 13.9	46.4 ± 12.4	0.80
性別 (男性/女性)	82 / 59	32 / 18	0.46
BMI (kg/m ²)	22.6 ± 3.7	22.9 ± 3.5	0.60
過体重の割合 (%)	21.9	28.0	0.38
肥満の割合 (%)	3.5	4.0	0.59
飲酒者の割合 (%)	52.5	52.0	0.95
喫煙習慣			
1日喫煙本数	20.4 ± 9.7	23.4 ± 16.7	0.13
喫煙年数 (年)	25.0 ± 13.1	23.2 ± 13.2	0.38
Brinkman index	514.2 ± 370.9	528.0 ± 487.3	0.83
タール量 (mg)	5.3 ± 4.0	5.2 ± 4.2	0.92
メンソール入りの割合 (%)	12.8	24.0	0.06
GERDの頻度 (%)	36.2	44.0	0.33

禁煙治療がGERDに有効！

GERDの頻度



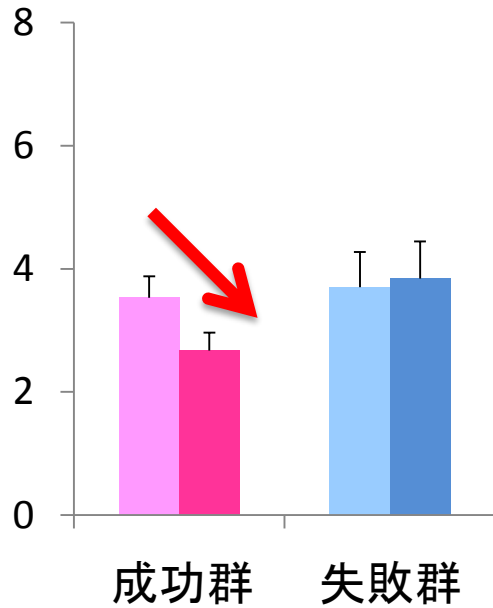
成功群

失敗群

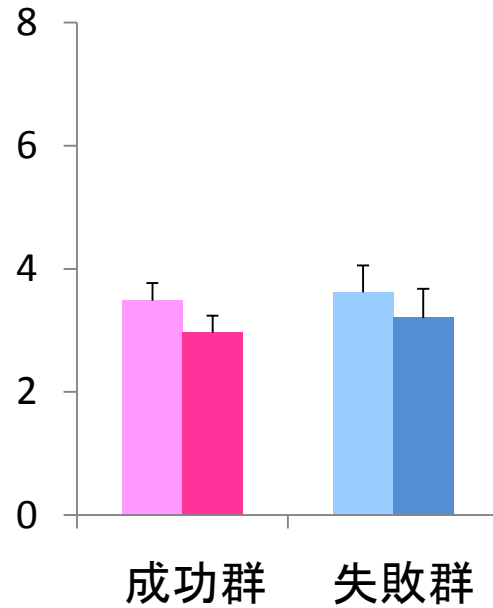
- ■ 初診時
- ■ 禁煙治療1年後

禁煙治療がGERD症状の程度も改善！

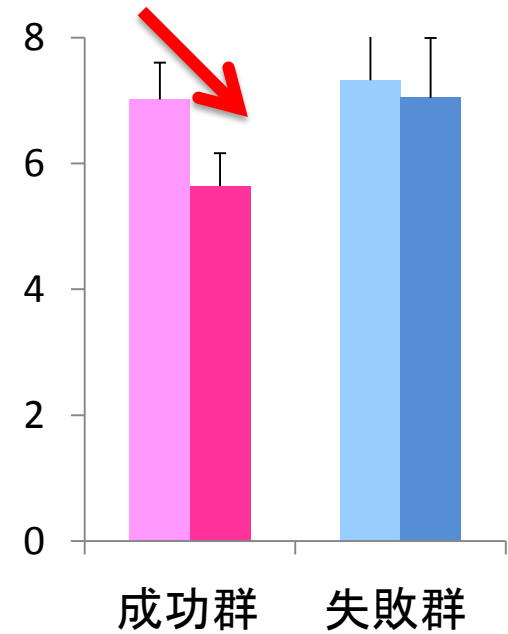
逆流スコア



運動不全スコア



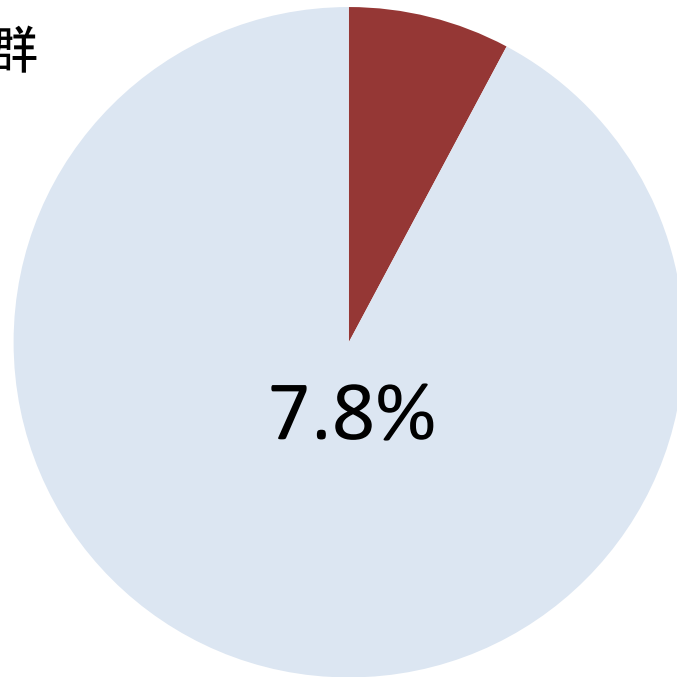
トータルスコア



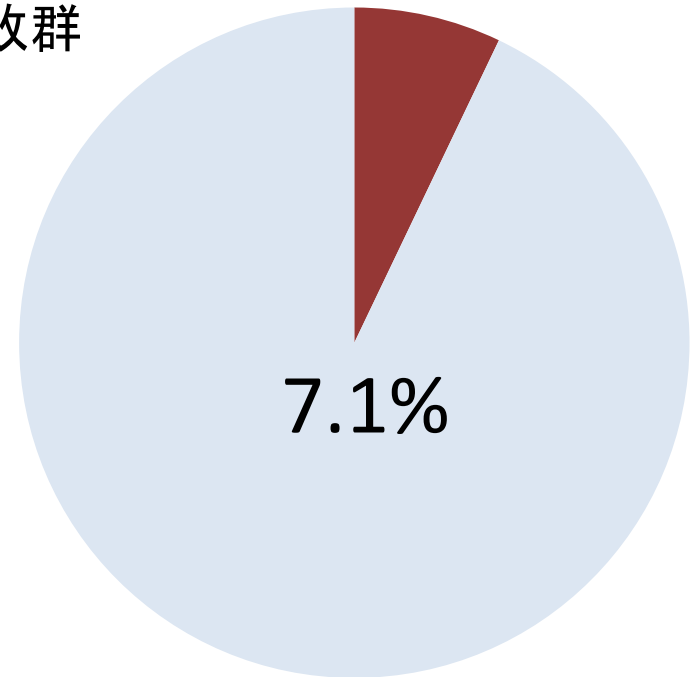
■ ■ 初診時
■ ■ 禁煙治療1年後

新規発症GERDの頻度と関連する因子

成功群

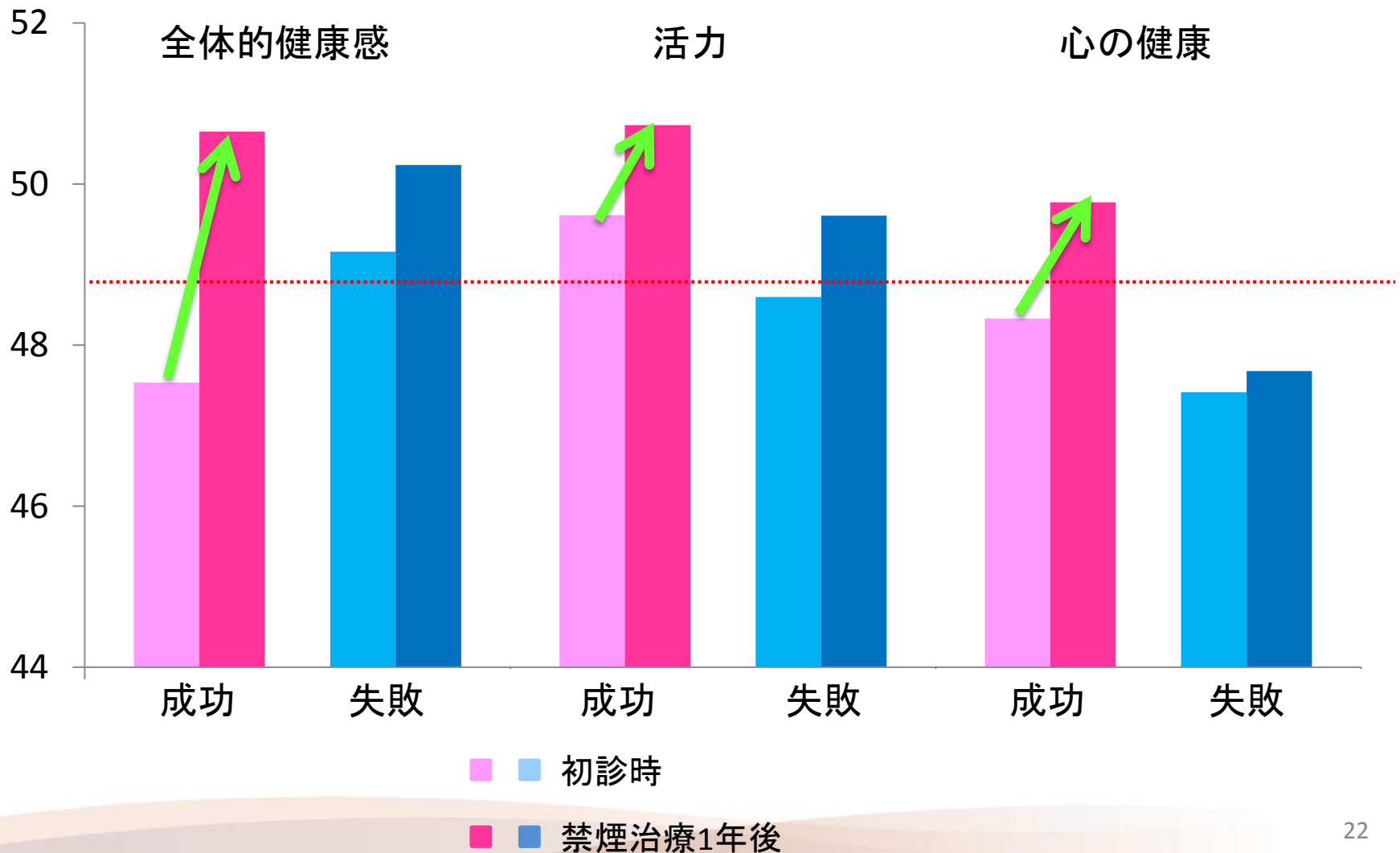


失敗群



年齢、性別、体重増加、禁煙成功、飲酒など新規発症GERDに関連はしなかった

禁煙治療が生活の質を改善！



結論

禁煙はGERD患者に推奨される。

期待される効果

禁煙治療のGERD症状に対する長期的にみた有効性を、日本で初めて証明しました。

喫煙はさまざまな健康被害を及ぼしますが、胸やけといった消化器症状との関連については、一般的に認知度が低いとされています。

今回の検討により、禁煙が胸やけのようなGERD症状およびQOLを改善した研究結果が認知されれば、患者自身の選択により禁煙することで症状が良くなりQOL向上とともに健康増進にもつながることが期待されます。

今後の展開

現在、GERD患者では胃酸分泌抑制薬が第一選択ですが、長期服用が必要な患者では副作用も懸念されています。

今後、禁煙治療により薬剤が中止できるかどうかを前向きに検討し、将来的には禁煙を含めた生活習慣の改善のみで病気を克服できる可能性を考えています。